

Aikidolehrgang Shishiya

Dillingen

23. - 26. 10. 2014

41 ken/jo kata

- 1-2 Shomenaufnahme (kiriage von re unten nach li oben)
- 3-4 ikkyo omote
- 5-6 ikkyo ura
- 7 Kontrolle
- 8-9 aihanmi nikyo
- 10 Kontrolle
- 11-12 aihanmi ikkyo ura
- 13-14 aihanmi kotegaeshi omote (13 tiefer do-uchi, 14 yokomen an ukes linken Hals)
- 15-16 gyakuhanmi nikyo (15 „tippt“ nur an und „zieht zurück“, für 16 shomen uchi)
- 17-18 gyakuhanmi sankyo (17 schneidet durch - entspricht dem Rausschneiden aus dem Griff beim Umgreifen zum Standardsankyo)
- 19-20 gyakuhanmi tsuki nikyo (Handhaltung und Durchführung mit rechter Hand: maximal flektiert und supiniert mit Wischbewegung nach unten und rechts + kibadachi, dann dem aufziehenden Schwert bis Schwertarm folgend, dann Füße schließen!)
- 21-23 shomen uchi gokyo
- 24-27 yokomen uchi gokyo
- 28-31 aihanmi sankyo (aus Schrittstellung [li Fuß vorn] linken Fuß, zum Schlag auf Ukes linkes Knie und Ukes linken Ellenbogen, in kibadachi weiter nach links stellen und zum Abschlussatemi auf ukes rechte Schläfe schließen.
- 32-35 aihanmi uchikaiten sankyo
- 36 aihanmi iriminage omote
- 37-38 aihanmi shihonage omote
- 39-41 gyakuhanmi uchikaiten sankyo